

# МЕНЮ

комплексного обеда

МКОУ СОШ №7

« 10 » октября 2022г.

| № | Наименование блюд   | Выход  | Цена  |
|---|---------------------|--------|-------|
|   | мяс в кляре         | 90/120 | 42-01 |
|   | пюре картофеля св   | 60     | 5-25  |
|   | хлеб                | 60     | 2-70  |
|   | чай с сахаром сахар | 200    | 9-42  |
|   | яблоко              | 141    | 16-31 |
|   |                     |        |       |
|   |                     |        |       |
|   |                     |        |       |
|   | Итого:              |        | 45-69 |

Ст. повар  
Ответственный  
за питание



# МЕНЮ

комплексного обеда

МКОУ СОШ №7

« 10 » октября 2022г.

| № | Наименование блюд                         | Выход  | Цена  |
|---|-------------------------------------------|--------|-------|
|   | <del>сметаной</del><br>из св. сметаны к/б | 200    | 10-47 |
|   | мяс в кляре                               | 90/120 | 42-01 |
|   | хлеб                                      | 60     | 2-70  |
|   | пюре из картофеля                         | 200    | 6-23  |
|   | яблоко                                    | 150    | 14-28 |
|   |                                           |        |       |
|   |                                           |        |       |
|   |                                           |        |       |
|   | Итого:                                    |        | 45-69 |

Ст. повар  
Ответственный  
за питание



Школа МКОУ СОШ № 7

Отд./корп

День

10.10.2022

| Прием пищи | Раздел       | № рец. | Блюдо                             | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|--------|-----------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор. блюдо   |        | плов с курицей                    | 120/ 90  | 42,01 | 471          | 21    | 25   | 45       |
|            | гор. напиток |        | чай с молоком сгущ                |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб         |        | белый пшеничн                     | 200      | 9,42  | 57           | 1     | 6    | 8        |
|            |              |        | помидор свежий                    | 60       | 2,70  | 137          | 5     | 2    | 22       |
|            |              |        |                                   | 60       | 5,25  |              |       |      |          |
| Завтрак 2  | фрукты       |        | яблоко                            |          |       |              |       |      |          |
|            |              |        |                                   | 171      | 16,31 |              |       |      |          |
|            |              |        |                                   |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска      |        |                                   |          |       |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо      |        | щи из св капусты на к.б со сметан | 200/ 10  | 10,47 | 95           | 4     | 2    | 12       |
|            | 2 блюдо      |        | плов с курицей                    | 120/ 90  | 42,01 | 471          | 21    | 25   | 45       |
|            | гарнир       |        |                                   |          |       |              |       |      |          |
|            | сладкое      |        | компот из сухофр                  |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб бел.    |        | белый пшеничн                     | 200      | 6,23  | 28           |       | 0    | 14       |
|            | хлеб черн.   |        |                                   | 60       | 2,70  | 137          | 5     | 2    | 22       |
|            |              |        | яблоко                            |          |       |              |       |      |          |
|            |              |        |                                   | 150      | 14,28 |              |       |      |          |